



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						
昼食						
午後						
午前	5 牛乳	6 スキムミルク	7 麦茶	8 牛乳	9 スキムミルク	10 麦茶
昼食	御飯、みそ汁(もやし・小ネギ)、タンドリーチキン、大豆入りひじきの煮物、 りんご	なすのミートソース スパゲティ 、コンソメスープ、桃のコンポート	御飯、みそ汁(切干大根・厚揚げ)、タラのタルタル焼き、にんじんサラダ	御飯、みそ汁(キャベツ・玉ねぎ)、鶏の から揚げ 、納豆あえ	御飯(押麦)、みそ汁(チンゲン菜・豆腐)、ボークケチャップ、フロッコリーの和風サラダ、オレンジ	カレーライス、バナナ、野菜ジュース
午後	みそっこ芋、牛乳	鮭とおかかのおにぎり、麦茶	サイダーフルーツポンチ	レモンケーキ、牛乳	クリームソーダゼリー、コーンクッキー	米粉スイーツ、牛乳
午前	12	13	14	15	16 スキムミルク	17 麦茶
昼食	振替休日		お弁当持参		お弁当持参	
午後	振替休日		お弁当持参		お弁当持参	
午前	19 牛乳	20 スキムミルク	21 麦茶	22 牛乳	23 スキムミルク	24 麦茶
昼食	御飯、すまし汁(まいだけ・豆腐)、さわらの西京焼き、コーンフレークのパリパリサラダ	夏野菜たっぷりポークカレー(玄米)、 れんこん とひじきのサラダ、 バナナ	御飯、ふりかけ、みそ汁(さつまいも・麩)、鶏肉のアングレースソース、白菜とちくわのおかか和え	御飯、みそ汁(なす・油揚げ)、 あじ の竜田揚げ、お豆とささみのサラダ	ジャンバラヤ、コーンスープ、もやしときゅうりの胡麻酢和え	豚丼、みそ汁(もやし・わかめ)、ゼリー
午後	パインクレープ、せんべい(以上児)、牛乳	塩焼きそば、麦茶	ゆでとうもろこし、牛乳	バナナスティックケーキ、牛乳	フライドポテト 、牛乳	米粉スイーツ、牛乳
午前	26 麦茶、牛乳	27 スキムミルク	28 麦茶	29 牛乳	30 スキムミルク	31 麦茶
昼食	夏野菜のハヤシライス、キャベツとツナのサラダ、まめびよ(バナナ味)	御飯、みそ汁(じゃが芋・高野豆腐)、バーベキューチキン、わかめサラダ	醤油 ラーメン 、焼き ぎょうざ 、オレンジ	御飯、中華スープ、回鍋肉、切干大根のサラダ	御飯、きのこスープ、 ハンバーグ 、カラフルサラダ	マーボー豆腐丼、わかめスープ、オレンジ
午後	グレープゼリー(未満児)、ガリガリ君ソーダ(以上児)、カルシウムせんべい	黒糖蒸しパン、牛乳	ドライカレーピラフ、麦茶	コーンフレーククッキー、牛乳	冷やしそうめん、麦茶	せんべい、野菜ジュース



今月のお誕生日リクエストメニュー

★星組

- さん(23日) クリーム煮、**バナナ**、かぼちゃサラダ
- さん(24日) 麺類、**ポテトサラダ**、枝豆
- さん(29日) うどん、**からあげ**、ショートケーキ

♪月組

- さん(25日) ハンバーグ、**豆腐**、麺類

★太陽組

- さん(1日) **スパゲティ**、ソーセージ、プリン
- さん(3日) ラーメン、**餃子**、混ぜご飯
- さん(9日) 御飯、**魚**、フロッコリー
- さん(11日) からあげ、**りんご**、ぎょうざ
- さん(11日) **フライドポテト**、いちごアイス、からあげ
- さん(19日) いちご、からあげ、**ラーメン**
- さん(20日) **ハンバーグ**、卵焼き、チーズ

今月の平均給与栄養量

		エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	食塩相当量
		(kcal)	(g)	(g)	(mg)	(g)
未満児	平均値	448	17.7	15.1	220	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	551	20.3	18.8	199	1.5
	目標値	560	22	18	260	1.6

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。